Thema: Ziele setzen und erreichen

Jeder kennt die Formulierung aus dem Sport: Eine Mannschaft hat das Ziel, das Spiel zu gewinnen; der Torjäger hat das Ziel, Tore zu schießen; der Basketballer will möglichst viele Körbe erzielen und der Bogenschütze peilt das Ziel an, um einen Treffer zu landen. Ein Ziel ist etwas, was es zu erreichen gilt. Es gibt also einen IST-Zustand, das ist die Situation, in der man sich momentan befindet. Und es gibt einen Soll-Zustand, das ist sind die sportlichen, schulischen, beruflichen und privaten Ziele, die man vor Augen hat. Wünsche, Erwartungen und Hoffnungen können übrigens auch Ziele sein. Damit aus den Zielen Wirklichkeit wird, muss man jedoch etwas tun.

Wer Ziele hat, der hat ein Lebenskonzept. Wer Erfolg haben will, der braucht eine Idee, einen Plan, wie sein Leben aussehen soll. Was dabei der Einzelne unter „Erfolg" versteht, mag unterschiedlich ausfallen, eines ist jedoch allen gemeinsam: Jeder muss sich Ziele setzen und diese bewusst anstreben.

Was sind meine Ziele?

Denk einmal darüber nach, was du persönlich, im sozialen Umfeld, in der Schule, in der Freizeit oder im Beruf erreichen möchtest, und beantworte folgende Fragen:

Bereiche	**Ich habe folgende Ziele:**
Schule und Ausbildung (Bsp.: Möchtest du in einem Schulfach eine bessere Note bekommen? Möchtest du eine bestimmte Fähigkeit erlernen? Strebst du einen bestimmten Schulabschluss an?)	
Berufe (Bsp.: Welcher Berufszweig interessiert dich? Möchtest du eher gefördert werden oder deine Ziele selbst ent-decken? Hast du einen Traumberuf?)	
Freizeit (Bsp.: Möchtest du mehr „action"? Möchtest du ein Buch lesen? Möchtest du mehr Zeit für dich? Möchtest du mehr Sport treiben?)	
Familie (Bsp.: Möchtest du Probleme mit deinen Geschwistern klären? Möchtest du mit deinen Eltern weniger Stress haben? Möchtest du dich in deiner Familie mehr einbringen?)	
Persönlichkeit (Bsp.: Was willst du eigentlich? Willst du konsequenter deine Ziele verfolgen? Möchtest du mehr Motivation/ Durchhaltevermögen für deine Ziele?)	
Langfristige Ziele	

(Bsp.: Möchtest du etwas Einzigartiges leisten? Möchtest du politisch aktiv sein? Möchtest du eine Familie gründen oder Karriere machen? Für welche Ziele benötigst du einen Plan um sie zu erreichen?)	